

さくらぞう



こころの病・障がいとのかしこい
付き合い方



事実に対してのとらえ方の違い
「主張」と「受容」



「私たちの病棟」について



さくらニュース



桜ヶ丘病院
Sakuragaoka Hospital

最新ニュースもチェック▼
桜ヶ丘病院スタッフブログ
<http://e-sakurahp.com/staffblog/>





今春の表紙

とぎやまちひよしじんじゃ
～利屋町日吉神社～

(所在地:金沢市利屋町カ1)

当院前を流れる河原市用水添いの遊歩道を下流方面に歩くと40分強、約3kmのところの日吉神社がありますが、昭和3年に用水に沿って建てられた玉垣の上に枝を伸ばす桜は早咲きのエドヒガンザクラでしょうか、例年周辺のソメイヨシノより10日から1週間は早く咲きそろそろ様子はなかなか見事です。

社殿の背後は鬱蒼とした社叢林に覆われており、用水にかかる橋を渡って鳥居をくぐった左側には、黒石(114kg)赤石(95kg)の盤持ち石と言われる石が鎮座。平成12年に建てられた石碑は、古くから集落の若者がこの石を用い仕事の後の娯楽として力自慢を競ったと伝え、石段を登った社殿の左手にある「相撲 利ヶ崎助太郎」と刻まれた明治～大正の頃の年号が読める石碑からは、かつてこの地に腕に覚えのある猛者達が集い技を競い合ったであろうことがうかがえます。

石川県神社庁のホームページにある由緒によると、この神社は延喜式内小浜神社境内摂末社にして、天正14年5月前田利家小浜神社摂末社数十社を再興修理されたが、翌15年8月小浜神社境内より当地に移転造営とあります。

その小浜神社といえば、加賀国二之宮加賀郷総鎮守といわれ、天正年間に豊臣秀吉が柴田勝家を攻める際、兵を宿泊させ戦勝祈願を行ったとの記録が残り、1963年(昭和38年)に始まった干拓事業が行われるまでは、日本第8位の大きな湖であった河北潟を挟んだ対岸、現在の内灘町黒津船地内に在り、かつての河北潟を取り囲むように金沢市、河北郡、かほく市に今も存在する二十社を超える附属社は皆、天正14年5月に小浜神社で再興修理の上、翌15年にかけて河北潟周辺に前田利家によって移転造営されたようです。この大事業! いったい何があったのでしょうか?

天正年間と言えば武田信玄、上杉謙信が世を去って織田信長が天下の盟主となり、一向衆によって支配されていた加賀国が柴田勝家により鎮圧され、やがて本能寺の変を経て豊臣秀吉が関白となった天正13年(1585年)、Wikipediaによりますと同年11月、若狭湾から三河湾に及ぶ歴史上例のない大地震、「天正大地震」が発生、各地に被害を及ぼし、現在の高岡市にあった木舟城では前田利家の弟「前田秀継」夫妻が圧死(ちなみに2002年大河ドラマ「利家とまつ」の竹山洋著の原作本では津幡城が崩落し死去となっていますが…)、飛騨国の帰雲城(現在の岐阜県白川村)と周辺の集落数百戸が埋没、現長浜市の集落が液状化により水没、山内一豊の居城近江長浜城は全壊し一人娘と乳母が圧死、伊勢国では桑名宿が液状化で壊滅、若狭湾・伊勢湾では津波による大きな被害があったとか…。

まあ、そのような不穏な時代に前田利家は小浜神社の末社を再興修理した上で河北潟の水運を利用して潟周辺に軍の起点となるべき神社を配置し人心を掌握して、この地に於ける支配を強固にしていったのかも知れません。ともあれ神社の話から随分お話を広げてしまいましたが、その大地震から434年、こっちは地震が少ないなどと安穩とせずに、備えておいても悪くはないかも知れません。



こころの病・障がいのかしこい付き合い方

病気になるということは大変なことです。病気でなくても何やら生きづらいこの世の中なのに、病を得ると、生活しながら病に立ち向かっていかななくてはならないというツライ現実があります。

1990年(平成2年)、認定NPO法人「ささえあい療人権センターCOML(コムル)」(以後COMLと略)が活動を開始しました。その頃の医療現場は、患者には情報は閉ざされ、十分な説明もなされないまま医師の方針に従って治療がすすめられるのが当たり前に行われていました。

ご自身が卵巣がんになった体験を通じてCOML活動に加わり、現COML理事長の山口育子さんは、著書『賢い患者』のまえがきで「病気は時に、いのちや人生を大きく左右することがあります。そんな大切なことを、たとえ専門家といえども“お任せ”していいのだろうか。もっと私たち患者が自立して、主体的に医療に参加する『賢い患者になりましょう』と呼びかけたわけです」と書いています。



医師とのつき合い方で悩んでいませんか?
患者のこと、理解できていますか?
30分 医師と患者の対話
定価: ¥200円+税
日本には、新書がある。

『賢い患者』
山口育子 岩波新書
2018年6月

一人ひとりが「いのちの主人公」「からだの責任者」との自覚を持って、患者と医療者が「同じ目標に向かって歩む立場の異なるもの同士が、それぞれの役割を果たし合う」…すなわち“協働”する医療の実現を目指し活動しているのがCOMLで、電話相談を日常の活動の柱に一般の方、医療者の両方に向け活動をしており、1998年(平成10年)COMLが研究班の一員として素案づくりを手がけた「医者にかかる10箇条」が厚生省「患者から医師への質問内容・方法に関する研究」研究班から初版4万部が配付されました。

現在は改訂版『新・医者にかかる10箇条』(A6版・カラー・26ページ 1冊100円+送料)が発行されています。是非、皆さんも受診のときの心構えに利用なされてはいかがでしょうか。



認定NPO法人
「ささえあい療人権センターCOML(コムル)」

<http://www.coml.gr.jp/>

さらに精神障害者の医療を法律の面から見てみますと1950年(昭和25年)に成立、1965年(昭和40年)に改正された医療と保護を中心とした「精神衛生法」から、1987年(昭和62年)医療と保護に社会復帰の促進を構想した「精神保健法」によるものとなりましたが、長い時間生きづらさを抱える精神障害が、身体障害、知的障害と同じ障害者と位置付けられたのはようやく2005年(平成17年)になってからです。しかしながら、実際のところ精神障害者への理解や社会復帰はまだ十分とはいえ、長きにわたって精神障害者を社会から遠ざけていたことによる「こころの病」に対する理解の乏しさ、偏見が払拭されたとは申しにくい現状にあります。

個別性が極めて大きい「こころの病」ですが、どのような病気かということを理解するのに『世界一やさしい精神科の本』 斎藤環・山登敬之著 河出書房新社がオススメで、現在では文庫版が出版されており、「発達障害」「ひきこもり」「対人恐怖/社会不安障害」「摂食障害」「解離」「PTSD」「人格障害」「うつ病」「統合失調症」といった病気のことが、わかりやすく書かれています。



『世界一やさしい精神科の本』
斎藤環 山登敬之
河出文庫 2014年4月

また、「統合失調症」の薬物治療については『統合失調症薬物治療ガイド 患者さん・ご家族・支援者のために』があります。誤解のないように記しておきますが、薬さえ服用していれば病気は治るというものではありません。「社会心理的療法」や障がいを抱えながらの生活を支える「社会福祉」の助けがあって初めて効果的な治療となります。

より良い治療となるためにあなたのご家族・あなたを支援してくれる人と一緒に考えましょう。



『統合失調症薬物治療ガイド
患者さん・ご家族・支援者のために』
一般社団法人
日本神経精神薬理学会 じほう
2018年8月



記事: コープランドセンター認定WRAP ファシリテーター
(一社)日本精神科看護協会 精神科認定看護師 薮 一明



事実に対してのとらえ方の違い 「主張」と「受容」

こんにちは。精神科AM(アンガー マネジメント)看護師の袋井修平です。

テーマパークなどでよくみられる「長蛇の列」この列をみて皆さんどう思いますか？

- 大人気のアトラクションなのかな？
- テーマパークいいなー。
- 楽しそうだなー
- 楽しいのかな？楽しいなら行ってみようかな。
- この暑い中よく並ぶなー
- お金払って並ぶ意味がわからない・・・
- 何が楽しいのかわからない・・・ などなど、様々な感想があると思います。

TOPIC OF anger management

事実は「長蛇の列」を見てどう感じたか？なので誰がどのような感想をもって間違いではありません。つまり、誰がどんな答えを導き出しても「正解」なわけです。

全ての感想が「正解」なので、コミュニケーションをとると「自分が正しい」と一方的に意見を主張する人もいれば、「そんな風を感じる人もいるんだなー」と事実を受容してから意見を述べる人もいると思います。自身の事実に対してのとらえ方は、万人にとっての「正解」ではありません。コミュニケーションの基本は対立ではなく、相互理解になります。お互いの思いを尊重し違いを受け入れることが出来ると、様々な価値観が見えてきます。考え方の幅が広がり自分の成長にもつながっていきますね。

逆に自分の価値観を押し付けるだけだとお互い余計にイライラし、対立もしくは孤立をうみだしかねません。

みなさんなら、どちらを選択しますか？

自分の感情に責任をもって行動していきたいですね。



記事：看護師、CVPPPトレーナー、アンガー マネジメントファシリテーター、
アンガー マネジメントキッズインストラクタートレーナー、
アンガー マネジメントアドバイザー 袋井 修平

患者さんも医療者も加害者とならないために



以前から親交を続けているオーストラリアニューサウスウェールズ州の精神科救急医療センター元責任者のスコット・アラン・デーヴィスさんが、公立小松大学保健医療学部看護学科の学部長・学科長 北岡和代教授の招きで、公立小松大学に来られた機会に、ご自身が中心となって開発普及されている「暴力と攻撃の防止管理プログラム:Prevention and Management of Violence and Aggression (PMVA)」のセミナーを開催して下さったので病院のスタッフと共に参加してまいりました。

スコット氏はオーストラリアニューサウスウェールズ州の精神科救急医療の責任者として全てのケースに関わった経験から、法律や制度の整備にも関わり、現在のオーストラリアの精神科医療の基盤整備に貢献された方です。

日本でもオーストラリアのプログラムを手本に、cvppp包括的暴力防止プログラムの養成研修が行われていますが、まだまだ普及が進んでいないのが現状です。

オーストラリアでは精神科救急医療センターの70%のスタッフが専門的な資格を取得し対応しており(それぐらいの割合の方が習得していないと有効に機能しない)、法律や制度の裏付けに基づいた厚めの人員とあいまって、行動の制限の短縮や病院の病床数の減少に役立っているようです。

いったん暴力とか攻撃といった行動になってしまうと加害者にとっても被害者にとっても不幸なことになってしまいます。

「暴力と攻撃の防止管理プログラム」は単に暴力と攻撃を防ぐだけでなく、だれもが加害者、あるいは被害者になる可能性があり、そういった不幸な出来事が発生しないように相手に関心を持ち、暴力が発生する背景を理解することから始めるプログラムで、講師のスコット氏は被害に会いやすい弱い立場の方、精神科のみならず一般の病院や施設のスタッフにこそ学んでほしいとのことでした。

(精神科認定看護師 藪 一明)

「私たちの病棟について」

2-2病棟編

2-2病棟は、精神疾患を抱えながら身体合併症を伴う患者さん約50名が入院されている病棟です。24名のスタッフがマンパワーを最大限に発揮し、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士と連携しながら、患者さんの全身状態および精神状態の安定を図るべくケアを行なっています。

経管栄養や輸液の管理、痰の吸引、酸素の投与などの医療ケアや、療養上の介護を必要とする患者さんが多いため、全てのスタッフが一定水準以上のケアを提供できるよう、病棟学習会を月2回実施し、必要な知識や技術の習得・向上に努めています。

身体的な不調や変化、自分の思いを言葉で伝えることのできない患者さんには、日々の関わりの中で、挨拶や声掛けなどの言葉でのコミュニケーションだけでなく、表情や視線、ちょっとした仕草などから患者さんの思いを汲み取ることができるよう、言葉以外でのコミュニケーションも大切にしています。

患者さんに治療に専念していただけるよう、スタッフ一同、穏やかで安心できる療養環境づくりを目指していきたくと考えています。



さくらニュース

★ TOPIC. 1 ★

「第9回とよはし音楽祭」に出場してきました。

平成31年2月16日(土)に愛知県豊橋市で開催された「こころの病・チャレ
ンジ音楽の祭典 第9回とよはし音楽祭」に出場してきました。

とよはし音楽祭は、愛知県発全国に向けてこころの病を抱える方を対象
とした「チャレンジド・ミュージックコンテスト」作品及び演奏者を募集
し、演奏会とコンテストを行う場です。

この音楽祭には第3回からお招きいただいて参加していますが、今回は
自作の「この悲しみに…」と
いう曲でエントリーし、創
作した詩や曲のオリジナル
作品を競うコンテストでグ
ランプリを受賞しました。

この音楽祭は誰かが、自
分の背中をそっと押してく
れる、そんな出会いのある
やさしい場所です。そして
音楽のみならず、絵画や文
学など、さまざまな芸術の
創作活動を発信し、集う人
たちを受け入れてくれる場
でもあります。これからも、
とよはし音楽祭に、沢山の
方が参加する事を願ってい
ます。

(社会復帰部デイケアさく
らんぼ 向口欣則)



★ TOPIC. 2 ★

地域住民の皆さん対象の「いきいき健康教室」継続して行っています。

観法寺町のいきいき健康教室では、1月「75歳が老化の節目!? 超高齢化社会
で変わる病気の常識について」について3月「体力測定のお話と実際に測定
もします!」握力・座位体前屈・片足立ち」をお話させて頂きました。

いきいき健康教室は、私
たち病院職員が地域住民
の皆さんの声を直接聞け
る貴重な時間です。

これからも地域住民の
皆さんと一緒に笑い成長
できる時間にしたいと思います。



★ TOPIC. 3 ★

病院正面に新しく診療日時を記載した看板を設置しました!

今まで院内に入るまで、詳細がわからなくご不便をおかけしました。
看板の色は当院イメージカラーの
グリーンです。すぐにわかると思います
ので、ぜひ一度ご覧ください。



病院理念

精神科専門病院として、心のケアから高齢者医療にいたるまで、心のこもった医療を行います。

基本方針

- 1) 優れたスタッフを育成し、質の高い医療を提供します。
- 2) 安全性、信頼性を常に考え、十分な説明と理解と同意に基づいて治療を行います。
- 3) 地域医療の発展に貢献する病院を目指します。

患者さんの権利

- 1) あなたは、良質な医療を受ける権利を持っています。
- 2) あなたは、医師、病院を自由に選択する権利を持っています。
- 3) あなたは、十分な説明を受けた後に、治療を受け入れるか、または拒否する権利を持っています。
- 4) あなたは、ご自身の情報を得る権利を持っています。
- 5) あなたは、ご自身の情報について守られる権利を持っています。
- 6) あなたは、健康教育を受ける権利を持っています。

※なお、皆さんは権利とともに義務も発生いたします。

入院生活を送っていただくうえでは必ず病院規則はお守り下さい。



《外来診察スケジュール》

診療時間	診療科目	月	火	水	木	金	土	
午前 (9:00~12:00)	精神科	一診	岩崎	橋本	林	南野	天野	南野
		二診	眞舘	眞舘	眞舘			大嶋
		三診						
	内科		榎本					
	午後 (13:30~17:00)	精神科	一診	大嶋	大嶋	天野	岩崎	林
			二診					
内科								

《外来受付時間》

○ 初診 午前 8:30~11:00 午後 13:00~16:00 ◎ 再診 午前 8:30~11:30 午後 13:00~16:30

・初診の場合は、待ち時間短縮のため、必ず前日(土・日・祝日を除く)までに「地域連携室」にご連絡下さい。

医療法人社団浅ノ川



標榜診療科 精神科 内科 歯科

●精神科デイケア・デイナイトケア 「さくらんぼ」
●グループホーム 「プリムラ」「ハイツ北金沢」

TEL:076-258-1454

〒920-3112 石川県金沢市観法寺町へ174番地